

УДК 613.844:316.648-053.5

Сайфуллина А. М.,

студент-специалист

Тагильцева Ю. С., Аристов Р. А.,

Гончарова А. С., Марфицына О. В.,

канд. мед. наук, врач высшей категории

РЕАЛИЗАЦИЯ ПРОЕКТА ПО ПРОФИЛАКТИКЕ ПЕРВИЧНОГО ТАБАКОКУРЕНИЯ СРЕДИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ «ДЫШУ СВОБОДНО!»

Ежегодно табак приводит почти к шести миллионам случаев смерти, из которых более пяти миллионов случаев происходит среди потребителей и бывших потребителей табака и более шестисот тысяч — среди некурящих людей, подвергающихся воздействию вторичного табачного дыма. По данным НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков ГУ НЦЗД РАМН, 36,6 % мальчиков пробуют курить в 11 лет и раньше (9 лет — 18,1 %, 13–14 лет — 22,2; %). Среди девочек наибольший процент пробующих курение отмечается в 13 и 14 лет (18,3 % и 16,7 % соответственно). Причинами первой пробы становится непонимание окружающих, стремление стать взрослым, подражание плохому примеру, проблемы в семье, школе.

Ключевые слова: подростки, табакокурение, изменение поведения

Sayfullina A. M.,

specialist

Tagiltseva Y. S., Aristov R. A.,

Goncharova A. S., Marficyna O. V.,

candidate of medical sciences,

doctor of higher category

IMPLEMENTATION OF THE PROJECT ON THE PREVENTION OF PRIMARY SMOKING AMONG CHILDREN AND ADOLESCENTS “I BREATHE FREELY!”

Annually, tobacco causes almost 6 million deaths, of which more than 5 million cases occur among consumers and former tobacco users, and more than 600,000 are among non-smokers exposed to second-hand smoke. According to the Research Institute of Hygiene and Health Protection of Children and Adolescents, 36,6 % of boys are trying to smoke at 11 years old and earlier (9 years — 18,1 %, 13–14 years — 22,2 %). Among girls, the highest

percentage of testers was observed at 13 and 14 years (18,3 % and 16,7 %, respectively). The reasons for the first test are misunderstanding of others, the desire to become an adult, imitation of a bad example, problems in the family, school.

Key words: adolescents, smoking, behavior change

Проект «Дышу свободно» направлен на профилактику потребления табака среди учащихся 6—7 классов и содержит три модуля. Каждый модуль длительностью полтора часа включает несколько тем. Предлагаемая программа является многокомпонентной и включает в себя информирование участников, создание условий для развития их личностных ресурсов, формирование позитивной «Я-концепции», предоставление сведений о возможных источниках помощи.

Мы ставили перед собой простую задачу — создать пособие, с помощью которого можно было бы качественно, легко и с удовольствием провести профилактические занятия в школе. Целью проекта является формирование защитных навыков, препятствующих приобщению к табакокурению, а также снижение числа курящих среди подростков Екатеринбурга.

Всего была проанализирована 161 анкета. Они содержали вопросы на знание о вреде курения табака и электронных сигарет, также были включены вопросы о социально-психологическом благополучии (мотивация к учебе, здоровому образу жизни, успешность социальных контактов), самооценке образа жизни. Соотношение учащихся по полу: 58 % — мальчики, 42 % — девочки. Проводимое дважды анкетирование преследовало цель изучить, насколько изменится осведомленность школьников после проведенных занятий путем сравнения результатов до реализации проекта и после. Помимо этого, каждый модуль заканчивался проведением небольшого анкетирования по пройденной теме. Данная анкета включала в себя вопросы об удовлетворенности учениками проведенным занятием, о новой информации, полученной в ходе урока, об оставшихся без ответа вопросах и наличии каких-либо замечаний в адрес ведущих или проекта в целом. Кроме того, учащиеся оценивали ведущих по 5-балльной шкале. В ходе проведенной работы было проанализировано 114 анкет по теме первого модуля, 95 — по теме второго и 119 — по теме третьего.

Изменение результатов тестирования можно наблюдать в таблицах 1—6.

Таблица 1

Анализ ситуаций, связанных с табакокурением

Вопрос	Ответ	Вводное анкетирование	Итоговое анкетирование
1. Могут ли эмоции стать причиной больших ошибок?	Да	72,0 %	94,8 %
	Нет	15,5 %	4,1 %
	Другой вариант	9,9 %	1,0 %
2. Связаны ли чувства и эмоции с нашим здоровьем?	Да	72,0 %	80,4 %
	Нет	23,6 %	18,5 %
	Другой вариант	3,7 %	1,1 %
3. Касаются ли тебя современные проблемы подростков?	Да	32,9 %	39,2 %
	Нет	49,7 %	55,7 %
	Другой вариант	13,7 %	5,1 %
4. Есть ли у тебя порядок действий при решении проблем?	Да	54,0 %	62,9 %
	Нет	36,0 %	28,9 %
	Другой вариант	8,7 %	8,2 %
5. Есть ли у тебя друзья?	Да	98,1 %	91,8 %
	Нет	1,2 %	6,2 %
6. Доверяешь ли ты рекламе?	Да	8,7 %	4,1 %
	Нет	68,3 %	75,3 %
	Другой вариант	23,0 %	20,6 %
7. Часто ли ты берешь пример с героев книг, фильмов, мультиков?	Да	24,2 %	26,8 %
	Нет	57,1 %	60,8 %
	Другой вариант	18,0 %	12,4 %
8. Что такое «стресс»? (множественный ответ)	Что-то непонятное	9,9 %	13,4 %
	То, о чем все говорят	5,6 %	1,0 %
	Проблема	26,7 %	55,7 %
	Хорошо	1,9 %	2,1 %
	Способ заставить себя работать	2,5 %	1,0 %
	То, что появляется, когда люди взрослеют	5,6 %	8,2 %
	То, что я испытываю каждый день	5,0 %	12,4 %
	Состояние повышенного напряжения организма как защитная реакция на раздражители	65,2 %	55,7 %
	Другой вариант	5,6 %	1,0 %
9. Курильщиками становятся намеренно?	Да	37,9 %	49,5 %
	Нет	36,0 %	50,5 %
	Другой вариант	21,7 %	

Окончание табл. 1

Вопрос	Ответ	Вводное анкетирование	Итоговое анкетирование
10. Есть ли зависимость от электронных сигарет?	Да	35,4 %	66,0 %
	Нет	51,6 %	34,0 %
	Другой вариант	10,6 %	
11. У курильщиков могут развиваться следующие проблемы со здоровьем: (множественный ответ)	Кашель	72,0 %	81,4 %
	Насморк	15,5 %	24,7 %
	Тошнота, рвота	28,6 %	48,5 %
	Проблемы с пищеварением	36,0 %	60,8 %
	Бессонница	29,8 %	46,4 %
	Гангрена	28,0 %	47,4 %
	Ухудшение цвета кожи, морщины	65,8 %	81,4 %
	Рак желудка	29,8 %	10,3 %
	Рак ротовой полости	43,5 %	67,0 %
	Рак гортани	35,4 %	75,3 %
	Болезни легких	78,3 %	64,9 %
	Болезни сердца	58,4 %	70,1 %
	Хрупкие кости	21,1 %	67,0 %
	Другой вариант	11,2 %	54,6 %
12. Что такое пассивное курение? (развернутый ответ)	Верный	30,6 %	62,9 %
	Неверный	69,4 %	37,1 %

Таблица 2

Оценка занятий проекта учениками по пятибалльной шкале

Ответ	Модуль 1 (%)	Модуль 2 (%)	Модуль 3 (%)
«1»	0,88	0	2,52
«2»	1,75	4,21	0
«3»	2,63	7,37	5,04
«4»	25,44	18,95	8,4
«5»	69,30	69,47	84,03

Таблица 3

Ответ на вопрос: «Узнали ли вы что-нибудь новое за время проведения проекта?»

Ответ	Модуль 1 (%)	Модуль 2 (%)	Модуль 3 (%)
Узнали что-то новое	73,68	70,53	92,44
Не посчитали информацию новой	26,32	29,47	7,56

Таблица 4

Ответ на вопрос: «Все ли вам понравилось в проекте?»

Ответ	Модуль 1 (%)	Модуль 2 (%)	Модуль 3 (%)
Все не понравилось	0,88	3,16	1,68
Все понравилось	88,33	88,42	90,76
Посчитали занятия скучными, бесполезными	1,75	4,21	7,56

Таблица 5

Ответ на вопрос: «Считаете ли вы занятие практически значимым?»

Ответ	Модуль 1 (%)	Модуль 2 (%)	Модуль 3 (%)
Да	96,49	82,11	98,32
Нет	3,51	17,89	1,68

Таблица 6

Ответ на вопрос: «Как вы оцениваете работу ведущих?»

Ответ	Модуль 1 (%)	Модуль 2 (%)	Модуль 3 (%)
«1»	0,88	0	0
«2»	1,75	4,21	0
«3»	4,39	4,21	0
«4»	14,91	11,58	10,92
«5»	78,07	80	89,08

Выводы.

1. Все три модуля считаются практически значимыми и успешными в проведении, так как повысили информированность детей в вопросах о вреде табака, пассивного курения и социальной адаптации.

2. Вводные анкетирования показали достаточную информированность в некоторых вопросах, связанных с табакокурением, но все же требуется информационное просвещение со стороны общеобразовательных учреждений и семьи о вреде курения для человека и окружающих, о вреде электронных сигарет, о важности решения подростковых проблем.

3. Третий модуль был проведен качественнее и интереснее, поскольку был оценен респондентами значительно выше предыдущих. Это, безусловно, говорит о большем эффекте от занятия и предоставленной информации в перспективе.

Также были получены устные высокоположительные отклики от школ, участвующих в проекте.